



CUISINE
DE SAISON

[illegible][illegible]

Fruits	JAN	FÉV	MAR	AVR	MAI	JUN	JUIL	AÔÛ	SEP	OCT	NOV	DÉC
Abricots						■	■	■				
Cerises						■	■	■				
Coings									■	■	■	
Mirabelles							■	■	■			
Nectarines							■	■	■			
Pêches							■	■	■			
Poires	■	■	■	■	■			■	■	■	■	■
Pruneaux						■	■	■	■	■		
Prunes							■	■	■	■		
Raisin									■	■	■	
Reines-claudes								■	■	■		

Fruits rouges	JAN	FÉV	MAR	AVR	MAI	JUIN	JUIL	AOÛ	SEP	OCT	NOV	DÉC
Airelles rouges												
Baies de sureau												
Fraises												
Framboises												
Groseilles à maquereau												
Mûres												
Myrtilles												
Raisinets												

Pommes



	JAN	FÉV	MAR	AVR	MAI	JUIN	JUIL	AOÛ	SEP	OCT	NOV	DÉC
Boskoop												
Braeburn												
Cox Orange												
Elstar												
Gala												
Golden Delicious												
Granny Smith												
Gravenstein												
Idared												
Jonagold												
Maigold												
Milwa (Diwa)												
Pomme cloche												
Rose de Berne												
RubINETTE												
Sauvergraeuech												
Summerred												
Topaz												
Transparente Blanche												

Pommes de terre



	JAN	FÉV	MAR	AVR	MAI	JUIN	JUIL	AOÛ	SEP	OCT	NOV	DÉC
Agria												
Amandine												
Annabelle												
Bintje												
Charlotte												
Désirée												
Ditta												
Gourmandine												
Jelly												
Lady Christl												
Lady Felicia												
Patate douce												
Pommes de terre nouvelles												
Ratte												
Victoria												

Herbes & fleurs



	JAN	FÉV	MAR	AVR	MAI	JUIN	JUIL	AOÛ	SEP	OCT	NOV	DÉC
Ail des ours												
Aneth												
Aspérule odorante												
Basilic												
Bourrache												
Cerfeuil												
Ciboulette												
Estragon												
Fleur de capucine												
Fleur de sureau												
Hysope												
Livèche												
Marjolaine												
Mélisse												
Menthe												
Origan												
Ortie												
Oseille												
Pâquerette vivace												
Pélargonium												
Persil												
Pétales de rose												
Romarin												
Sarriette												
Sauge												
Souci												
Thym												
Verveine												
Violette												

Champignons



	JAN	FÉV	MAR	AVR	MAI	JUIN	JUIL	AOÛ	SEP	OCT	NOV	DÉC
Cèpe (bolet)												
Champignon de Paris												
Chanterelle												
Corne d'abondance												
Morille												
Pleurote												
Pleurote du panicaut												
Shiitake												
Truffe blanche												
Truffe noire												

CUISINE
DE SAISON

VOUS AIMEZ LES RECETTES DE SAISON AVEC DES
INGRÉDIENTS SUISSES? DÉCOUVREZ-EN TOUTE LA DIVERSITÉ SUR
[SWISSMILK.CH/RECETTES](https://www.swissmilk.ch/recettes)